



Dossier d'inscription

**Association éligible
au PASS'SPORT
(aide 50 € de l'Etat)**

Vous avez choisi de nous confier vos enfants ou de vous inscrire au DOJO PALOIS, et nous en sommes ravis. Vous trouverez les **horaires** des différents cours en **page 2** et la **charte du judoka** en **pages 3 et 4, que nous vous demandons de lire attentivement.**

Le dossier d'inscription comporte :

- la fiche de renseignements à remplir
- pour les **mineurs** : certificat médical à remettre (sur le passeport à partir de benjamin) ou attestation des parents suite au questionnaire de santé. Pour les **majeurs** : certificat médical ou attestation (dans le cadre d'un renouvellement, possible deux fois après le premier certificat et pour les licenciés de la saison précédente).
- une photo (pour les nouveaux)
- la charte du judoka à lire
- la fiche catalogue des tenues du club (commande fin septembre) :
1 tee-shirt offert par le club ou sweat avec supplément de 10 €

Opération parrainage

20 € de réduction pour le parrain.
Seul un ancien licencié peut parrainer
(non cumulable avec le tarif familles).

Tarifs adhésion club et fédération

- Licence : 41 € (assurance incluse)
- Cotisation club : 10 €

Tarifs des cours

A ajouter à chaque licence et cotisation	Cours Judo	Eveil 4/5 ans	Taïso ou adulte 1 cours
Pour 1 personne	158 €	98 €	98 €
Pour 2 personnes	238 €	178 €	178 €
Pour 3 personnes	328 €	248 €	248 €
4^{ème} personne gratuite			

Montant total = Licence + cotisation club + cours

Cas particulier: Bénéficiaire du R.S.A et étudiants : 120 € pour 1 personne, 200 € pour 2, 70 € pour les éveils ou le taïso.

Paiement

*** Possibilité de payer en une, deux ou trois fois.** Pour le paiement échelonné, les chèques seront pris à l'inscription et encaissés aux périodes suivantes :

- 1^{er} prélèvement à l'inscription
- 2^{ème} prélèvement en Janvier
- 3^{ème} prélèvement en Avril

*** Espèces ou chèques ANCV acceptés.**

Tenue fournie

A chaque inscription d'un enfant fréquentant l'école primaire ou maternelle, **un judogi (kimono) sera fourni par le club (neuf ou d'occasion).** Il sera restitué propre par les familles en fin de saison.

Remboursement

Les remboursements en cours d'année pour les paiements en une fois ne pourront être effectués que dans les 2 cas suivants : **déménagement ou blessure.**

Renseignements : contact@dojopalois-judo.fr

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genève – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>



Horaires des cours

Lundi

17h30 / 18h30 : Débutants (6/7 ans)
18h30 / 19h40 : Mini-Poussins 2 et Poussins 1 (8/9 ans)
18h15/19h30 : PPG (Préparation Physique Générale) à partir de minimes
19h45 / 21h00 : Technique / Kata à partir de cadets (14 ans)

Mardi

18h / 18h45 : Eveil 4/5 ans
19h / 20h30 : Taïso / Ju Jitsu

Mercredi

17h30 / 18h45 : Poussins 2 et Benjamins (9/12 ans)
19h00 / 20h45 : Minimes et + (à partir de 13 ans)

Jedi

17h30 / 18h30 : Débutants (6/7 ans)
18h30 / 19h40 : Mini-Poussins 2 et Poussins 1 (8/9 ans)
19h45 / 21h00 : Taïso / Ju Jitsu

Vendredi

17h30 / 18h15 : Eveil 4/5 ans
18h15/ 19h30 : Poussins 2 et Benjamins (9/12 ans)
19h30 / 21h00 : Minimes et + (à partir de 13 ans)

Catégories d'âges :

2018 / 2019 : Eveils 4/5 ans	2010 / 2011 : Minimes 1 et 2
2016 / 2017 : Mini-poussins 1 et 2	2007 / 2008 / 2009 : Cadets 1, 2 et 3
2014 / 2015 : Poussins 1 et 2	2004 / 2005 / 2006 : Juniors 1, 2 et 3
2012 / 2013 : Benjamins 1 et 2	2003 et avant : seniors

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genèze – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>



CHARTRE DU JUDOKA

Chers parents, chers judokas,

Voici quelques explications et principes de fonctionnement de notre club.

Le DOJO PALOIS est une **association loi 1901** dans laquelle la **responsabilité administrative** incombe aux dirigeants et la **responsabilité technique** aux enseignants.

Participation aux cours

➤ La tenue du judoka se compose : d'un judogi (ou kimono), d'une ceinture, d'une paire de zooris (tongs pour se déplacer en dehors du tapis), d'une bouteille d'eau (à poser au bord du tapis), et d'une petite trousse-pharmacie pour les plus âgés (bandes adhésives, pansements, ciseaux...).

➤ Il est important de participer de façon régulière aux cours (deux cours par semaine sont conseillés notamment à partir de poussins). Le judo est un sport individuel mais au combien collectif, où les progrès des uns permettent les progrès des autres.

Le dojo est un lieu d'étude, aussi, à l'extérieur du tapis, chacun se doit de **respecter le silence pendant les cours**. Toutefois, il est fortement conseillé, notamment chez les petits, de ne pas rester pendant les cours, afin de favoriser la concentration et les phases d'apprentissage.

Des vestiaires (avec douches) sont à disposition **pour se mettre en tenue avant l'entraînement**, se doucher, et se rhabiller après la séance. Il est demandé de les utiliser et de ne pas arriver en tenue.

➤ Tout judoka se doit de veiller à son **hygiène corporelle** (judogi propre, ongles coupés, mains et pieds propres), et ne doit pas se déplacer pieds nus en dehors du tapis.

Participation aux rencontres (animations, championnats)

Pour chaque catégorie d'âges, différentes rencontres sont proposées (sauf pour les éveils).

Chez les **mini-poussins et poussins**, elles sont de deux ordres :

- les petits-tigres, animations éducatives avec prestations techniques et combats, où la participation est valorisée plus que la performance.

- les tournois, où chaque judoka fait en général 3 combats, dans un groupe privilégiant des poids similaires. Chaque judoka est récompensé.

A partir de la catégorie des **benjamins**, tournois et championnats rythment le calendrier.

Le judo est un sport d'opposition, aussi l'apprentissage passe également par la **participation aux rencontres et ce dès le plus jeune âge**.

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genèze – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>

La compétition (animation pour les petits) est le seul moyen de mettre en application les acquis techniques, d'évaluer les progrès, de développer le courage, la confiance en soi, d'apprendre à maîtriser ses émotions. Cela passe par la confrontation à des judokas « inconnus », dans des environnements inhabituels, permettant de vivre des expériences enrichissantes tout en représentant le club avec l'ensemble de ses camarades.

Aussi, nous souhaitons vivement que les judokas participent aux différentes rencontres, tournois, championnats qui leurs seront proposés. Le judo est aussi un apprentissage de la vie et la compétition un formidable terrain de préparation.

Inscription aux rencontres

Quelques semaines avant les rencontres, un mail est envoyé aux familles (et/ou groupe watsapp), avec un lien à remplir pour inscrire les enfants. Trois jours avant chaque compétition, l'enseignant doit engager les judokas (à partir de benjamins) sur l'extranet fédéral. Il est donc indispensable de donner réponse dans les temps.

Attitude et comportement

Sur le tapis et en dehors, chaque judoka doit veiller à adopter une **attitude et un comportement en parfaite harmonie avec les valeurs et les règles du judo** (tenue correcte, salut, respect du partenaire, respect des règles, hiérarchie des grades), que ce soit lors des entraînements ou lors des rencontres.

Responsabilité

Les enfants sont **sous la responsabilité des enseignants durant les cours exclusivement**. Si vos enfants rentrent seuls après l'entraînement, une autorisation écrite des parents sera nécessaire (cocher la case sur la fiche d'inscription).

Vie du club

Le DOJO PALOIS organise différentes manifestations et championnats. Nous comptons sur la participation des parents et des licenciés pour nous aider à **l'organisation de ces évènements qui sont de véritables moments de vie associative, indispensables au bon développement du club et de son climat convivial.**

Très bonne saison à tous,
Frédéric MASSAL
Président du DOJO PALOIS

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genèze – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>